

Fürs Barbecuing

... Zuhause mit Freunden

Rosmarin

Nur frische Zweige sind wirklich vollaromatisch. Rosmarin schmeckt angenehm harzig und harmoniert besonders gut zu Fleisch- und Fischspeisen. Sehr lecker sind auch Rosmarin-Kartoffeln - eine fantastische Gemüse-Kraut-Kombination.

Olivenkraut

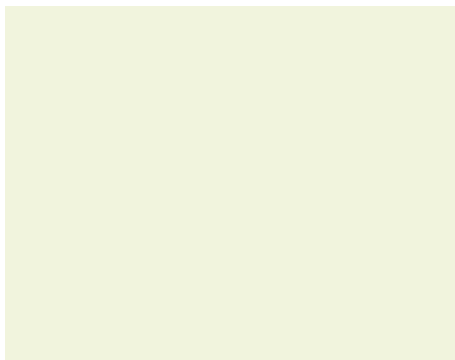
Das Olivenkraut ist noch wenig bekannt. Verwendet werden die Blätter. Sie geben den Speisen ein mediterranes Aroma. Auch zum Grillen ist das Olivenkraut gut geeignet. Ein Tee aus den getrockneten Blüten wirkt antiviral und anregend. Es passt auch gut zu Lavendel und Salbei.

Koriander

Optisch ähnelt er der Glatten Petersilie, doch wenn man daran riecht erkennt man sofort den Unterschied. Geerntet werden die jungen Blätter und Stiele vor der Blüte oder die Samen (Körner). Verwendet werden sie frisch. Auch in Suppen, Salaten oder in Wok-Gerichten ist Koriander schmackhaft. Er verleiht ihnen eine raffinierte, asiatische Würze.

Zitronen-Thymian

Er besticht durch sein feines Zitronenaroma. Die Blätter sind besonders gut zum Würzen von Fischfüllungen geeignet. Auch zu Geflügel- oder Gemüsegerichten passt seine zitronige Note ausgezeichnet. Die essbaren Blüten sind außerdem sehr gut zur Dekoration von Speisen geeignet.



www.einfach-kräuter.de



Grill-Kräuter lecker und dekorativ



Grill-Kräuter

... zum Verfeinern

Kräuter sind beim Grillen nicht mehr weg zu denken. Sie verleihen dem Fleisch, Fisch oder Gemüse erst den ultimativen Kick. Geschmacksexplosionen im Gaumen sind dabei garantiert!

Zum Grillen werden bevorzugt frische Kräuter verwendet. Bei ihnen ist das Aroma am stärksten. Durch das Trocknen oder Gefrieren, verlieren Kräuter an Intensität.

Aber auch hier gilt das Motto: Weniger ist Mehr. Zu viele unterschiedliche Kräuter enden im Geschmackschaos oder der Eigengeschmack des Grillguts geht verloren.

... welche passen wozu?

Bei der Vielzahl an Kräutern kann man schon einmal den Überblick verlieren. Einige Kräuter sind Allrounder. Oregano, Rosmarin oder Fenchel zum Beispiel passen zu jedem Gemüse, Fleisch oder Fisch. Es gibt aber auch Kräuter, die besonders gut zu bestimmten Gerichten passen. So harmonisiert Dill hervorragend mit Fisch, Majoran und Salbei mit Geflügel- und Schweinefleisch, Thymian mit Lamm und Basilikum mit Gemüse.

Es gibt sogar Kräuter, die sich um das Wohlbefinden nach dem Essen kümmern. Rosmarin lindert das Völlegefühl, Dill hilft bei Blähungen und Koriander wirkt verdauungsfördernd.

... aromatisch geräuchert

Majoran-, Rosmarin- und Thymianzweige sind besonders gut dafür geeignet. Beim indirekten Grillen, wenn das Grillgut neben der Hitzequelle liegt, werden 1 - 2 frische Zweige einfach in die Tropfschale gelegt. Durch die Hitze fangen sie an zu rauchen und geben dem Fleisch, Fisch oder Gemüse ein pikantes Aroma.

Beim direkten Grillen liegt das Grillgut unmittelbar über der Hitzequelle.

Basilikum

Hängender Rosmarin

Kugel-Thymian

Gewürz-Salbei

Koriander

Gewöhnlicher Fenchel

Majoran

Rukola

Französischer Estragon

Berg-Bohnenkraut

Die Kräuter sollten bei dieser Art des Grillens in eine Alu-Schale gelegt werden, da sie direkt auf der heißen Kohle verbrennen. Experimentieren kann man auch mal mit Wacholder-, Lavendel- und Lorbeerzweigen.

Eine Alternative zum Kräuterrauch ist, das Fleisch kurz vor dem Servieren mit frischen Kräutern zu bestreuen. Auf dem warmen Fleisch entfaltet sich das Kräuteraroma noch besser. Und ein weiterer Tipp von Grill-Experten lautet: Taschen ins Fleisch schneiden und die Kräuter dort als Paste z. B. aus Senf & Thymian hinein zu geben.

... pikant mariniert

Das Marinieren bewirkt, dass Lebensmittel bestimmte Geschmacksnoten annehmen. Kräuter spielen bei Marinaden eine große Rolle, da sie ihr Aroma besonders gut abgeben. Um Grillgut zu marinieren, wird es in eine Mischung aus sauren (Zitronensaft, Essig, Wein) oder stark zuckerhaltigen Flüssigkeiten (Honig) mit verschiedenen Kräutern und Ölen eingelegt. Je länger das Fleisch, der Fisch oder das Gemüse mit der Kräuter-Marinade in Kontakt ist, desto stärker nimmt es den Geschmack an.

Es gibt unterschiedliche Arten von Marinaden: Öl-Marinaden (Öl und Kräuter), Saure-Marinaden (Essig, wenig Öl und Kräuter), Gewürz- und Kräuterpasten (wenig Öl und Kräuter) und Trockenmarinaden (zerstoßene Kräuter).

Das Grillgut wird immer vollständig in die Marinade eingelegt und im Kühlschrank aufbewahrt, bis es auf den Grill kommt. Die Dauer des Mariniervorgangs hängt dabei von der Größe und der gewünschten Geschmackintensität ab. Das kann einige Stunden bis hin zu mehreren Tagen dauern. Vor dem Grillen muss die Marinade gut abgetupft werden, da feuchtes Fleisch nur langsam eine Kruste bildet und die anhaftende Kräuter verbrennen können. Gesalzen wird erst kurz vor Ende der Grillzeit. Salz entzieht dem Fleisch Feuchtigkeit und dadurch trocknet es aus.

Pizza-Oregano

Zitronen-Basilikum

Olivenkraut

Dill

Rotblättriger Salbei